မိသားစုတစ်ပိုင်တစ်နိုင် ငါးကန်များတွင် အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသော ငါးငယ်ကလေးများမွေးမြူခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍မကြာခဏမေးလေ့ရှိသော မေးခွန်းများ

1 အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသော တိုင်းရင်း ငါးငယ်ကလေးများဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

မြစ်၊ ချောင်း၊ စပါးခင်းများကဲ့သို့သော သဘာဝရေပြင်များ တွင်တွေ့ရှိ နိုင်ပြီး ထိုငါးများကို တစ်ကောင်လုံး စားသုံးပါက ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ နို့တိုက်မိခင်များနှင့် ကလေးငယ်များအတွက် အာဟာရပြည့်ဝ ရန် လိုအပ်သော ဗီတာမင် အေ၊ ကယ်လစီယမ်၊ ဇင့် နှင့် ဗီတာမင် ဘီ တွဲ (B 12) ကြွယ်ဝသည့် တိုင်းရင်းငါးမျိုးလေးများဖြစ်သည်။

ဥပမာ - ငါးဘဲဖြူ၊ ငါးခုံးမ၊ ငါးသလဲထိုး၊ ငါးဒေါင်စင်း၊ ငါးဖယ်အောင်း

3 အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသောငါးသေးလေးများကို အခြားငါးကြီးများ ငါးကြင်းမျိုးနွယ်(ဥပမာ ငါးကြင်း/ ငါးမြစ်ချင်း) ကဲ့သို့သော ငါးများနှင့်အတူမွေးမြူနိုင်ပါသလား။

မွေးမြူနိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထိုငါးငယ်လေးများမှာငါးကြင်းငါးမျိုးများ၏ ကြီးထွားမှုနှင့်အထွက်နှုန်းကို မထိခိုက်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင်အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသည့် အစာအရင်းအမြစ်ဖြစ်သောထိုငါးငယ်ကလေးများကို စားသုံးခြင်းဖြင့် အာဟာရ ဖွံ့ဖြိုးစေသည့်အပြင် ထိုငါးငယ်ကလေးများကို ရောင်းချခြင်းဖြင့် ဝင်ငွေလည်း ပိုတိုး စေနိုင်ပါသည်။

2 အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသော ငါးငယ်ကလေးများကို အဘယ်သို့စတင်မွေးမြူနိုင်သနည်း။

မြစ်၊ ချောင်း၊ စပါးခင်း မှ အဆိုပါ ငါးငယ်ကလေးများကို ဇလုံ (သို့) အဂကျယ်ပုံးသုံး၍ ဖမ်းဆီးပြီး မွေးမြူမည့် ကန်ထဲသို့ပြောင်းရွှေ့ ရပါမည်။ သတိပြုရန်မှာ ဇလုံ (သို့) အဝကျယ်ပုံးကို ရေဖြည့်ထားရန် လိုအပ်သည်။ အကောင်ရေ (၇၅) မှ (၁၀၀) အတွင်း ထည့်သွင်းပါက သဘာဝအတိုင်း တစ်လအတွင်း ပေါက်ဖွားနိုင်သဖြင့်ကန်အတွင်း ငါးသားပေါက်များထပ်မံပေါက်ဖွားရန် လုံလောက်သည်။

4 အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသောငါးသေးငယ်ကလေးများကို တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖမ်းဆီးစားသုံးခြင်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသော ငါးငယ်ကလေးများကို တစ်ပါတ်ခြား တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖမ်းဆီးခြင်းဖြင့် ငါးကန်အတွင်း ရှိနေသင့်သည့် ငါးအရေအတွက်ကို ပုံမှန်ထိန်းသိမ်းပေးပြီး ဆက်လက်မျိုးပွားရန် ကူညီပေးသည်။ ငါးငယ်များကို စားသုံးခြင်းဖြင့် လည်း နို့တိုက်မိခင်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီး များ နှင့် ကလေးငယ်များအတွက် လိုအပ်သည့် အဏုအဟာရများလည်း ရရှိစေပါသည်။

5 မွေးမြူထားသောငါးကန်အတွင်းရှိ အဏုအာဟာရကြွယ်ဝသော ငါးငယ်ကလေးများကို ဖမ်းဆီးရန် အချိန်ဘယ်လောက် စောင့် ရမည်နည်း။

မြစ်၊ ချောင်း၊ စပါးခင်း များမှ ဖမ်းယူပြီး၊ မွေးမြူမည့် ကန်အတွင်းပြောင်းရွှေ့ပြီးပါက ထိုငါးငယ်ကလေးများ သားပေါက်ပွားရန် (၁ လ-၂ လ) အထိ စောင့်သင့်ပါသည်။ ထို့နောက် ကွင်းတားပိုက်သုံး၍ ငါးငယ်များကို ဖမ်းဆီးနိုင်သည်။ မိသားစုဝင်များ၏ အစားအစာတွင် အဏုအာဟာရဓါတ် များ စဉ်ဆက်မပြတ်ရရှိနိုင်စေရန် တစ်ပတ်ခြားတစ်ခါ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖမ်းယူစား သုံးရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

MYCulture
Livelihoods and Food Security Trust Fund
Department of Fisheries Myanmar
WorldFish